第３家庭分野

Ⅰ　「A生活の自立と衣食住」

食品の選択について考えよう

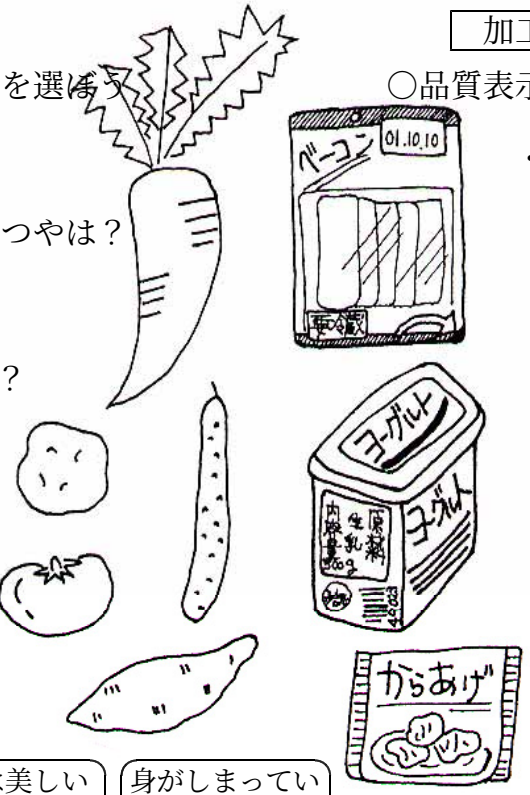
生活の自立と衣食住
食　生　活

◎ 生鮮食品や加工食品のよりよい選択を考えよう
―― 品物や表示をよく見て選ぼう ――

生鮮食品

○新鮮で品質のよい食品を選ぼう

・価格は？　・色は？
・みずみずしさは？　・つやは？
・季節は？旬のもの？
・においは？　・弾力は？
・種類や部位は？
・産地や流通は？
・小売店の保存状態は？
・包装は？

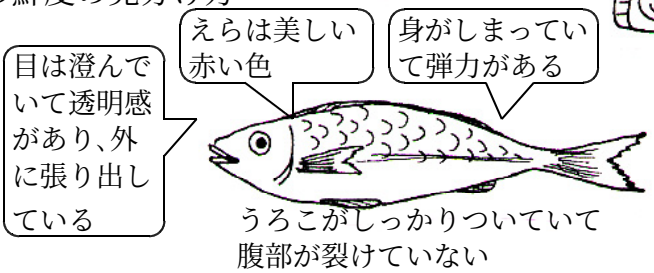


加工食品

○品質表示をよく見て選ぼう

・賞味期限（品質保持期限）消費期限は？
・食品添加物は？
・原材料は？
・内容量や大きさは？
・保存方法は？
・マークは？
・栄養成分は？

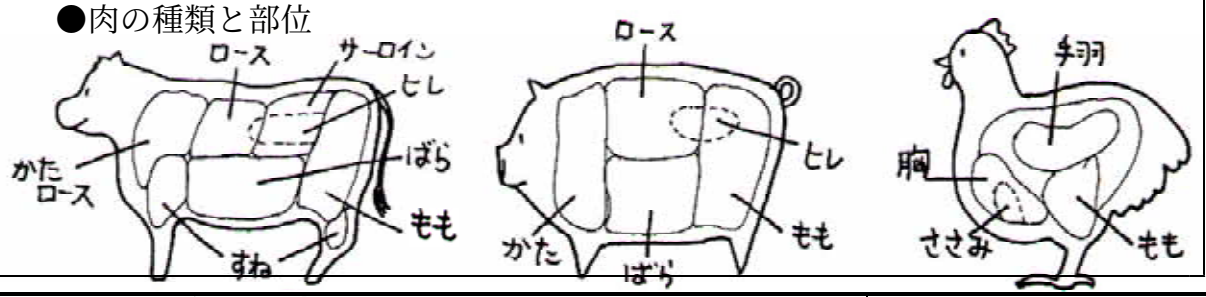
○魚の鮮度の見分け方



パック入りで売られているものは液汁がたまっていないもの

○肉は部位によって味や固さに違いがあるので、調理によって使い分けよう

●肉の種類と部位



学習を振り返ってみよう！	評　価
□生鮮食品の選び方が分かりましたか。	
□肉や魚の選び方が分かりましたか。	
□加工食品の選び方が分かりましたか。	
□品質表示の見方が分かりましたか。	

食品を上手に安全に保存しよう

◎ 購入した食品を保存するとき

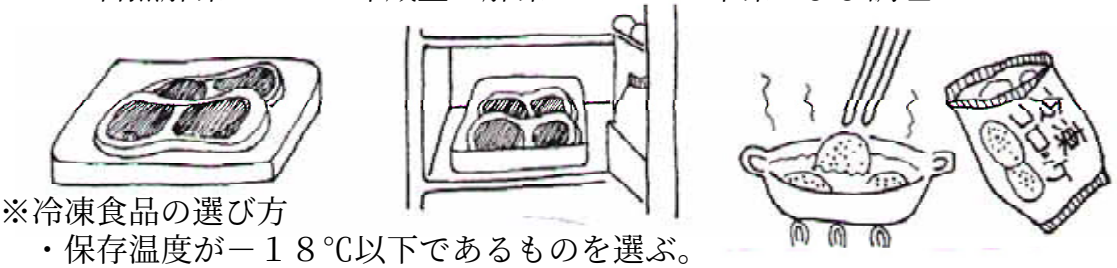
・直射日光や湿気を避け、微生物の侵入・繁殖を防ぐ工夫をしよう。
・食品は保存期間内に早めに使いきるようにしよう。

○冷蔵庫に入れる
・扉の開閉は素早くする。
・食品は容器に入れたり、包んだりする。
・食品を詰めすぎない。
・冷蔵庫は直射日光を避け、熱源から離れた場所に置く。
・冷凍のものはぬれた手で触らない。

冷凍食品 （－１８℃くらい）	卵や乳製品など （５℃くらい）
肉や魚など （１℃～３℃）	野菜類など （５℃～７℃）

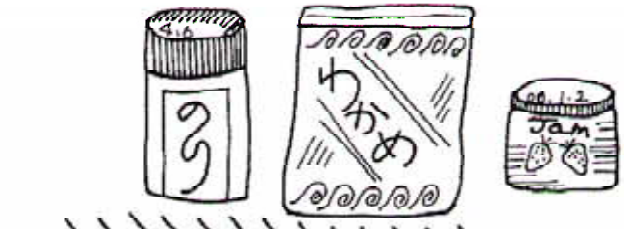
※冷凍食品はそれぞれの食品に応じた適切な方法で解凍・調理しよう。

自然解凍　　冷蔵室で解凍　　冷凍のまま調理

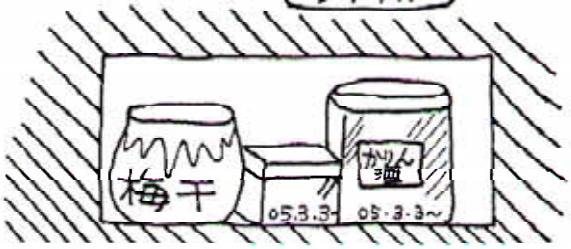


※冷凍食品の選び方
・保存温度が－１８℃以下であるものを選ぶ。
・包装が破れていないものを選ぶ。
・「認定証」マークがついているものが安心である。
・表示を確かめて選ぶ。
・包装の内側に霜がついていないものを選ぶ。

○密封して保存する
・缶やチャック付きの袋、密封容器を利用する。
・開封した日付や食品名がわかるようにしておく。



○冷暗所におく
・虫やほこりが入らないようにする。
・日付や食品名がわかるようにしておく。



学習を振り返ってみよう！	評　価
□食品の保存の仕方が分かりましたか。	
□冷凍冷蔵庫での保存の仕方が分かりましたか。	
□冷凍食品の選び方が分かりましたか。	
□	

衛生的に調理実習をしよう

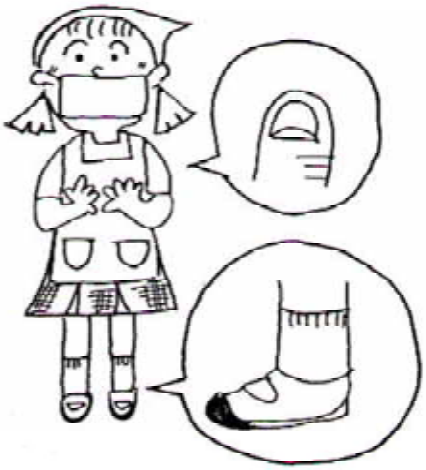
生活の自立と衣食住

食　生　活

◎ 実習に応じた身じたくを整えよう

・石鹸で手洗い

・清潔で安全な身じたく

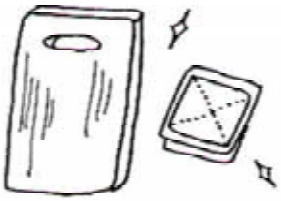


◎ 衛生的に実習しよう

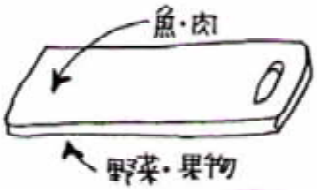
・材料は適切に洗おう
野菜などは流水で
よく洗おう

・中まで十
分に火を
通そう

・殺菌された清潔な
まな板やふきんなど

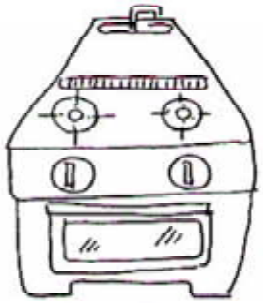


・まな板は使用前に
水でぬらし、拭いて
から使う
・魚・肉類と野菜・果物
は使う面を分けよう



・整理整頓

・衛生的な調理台



実習を振り返ってみよう！	評　価
□身じたくは整えましたか。	
□手洗いは十分にしましたか。	
□食品に応じた適切な洗い方ができましたか。	
□まな板は衛生的に使うことができましたか。	
□加熱する食品は中まで火を通しましたか。	
□安全や衛生に気を付けて実習できましたか。	
□	

安全に調理実習をしよう

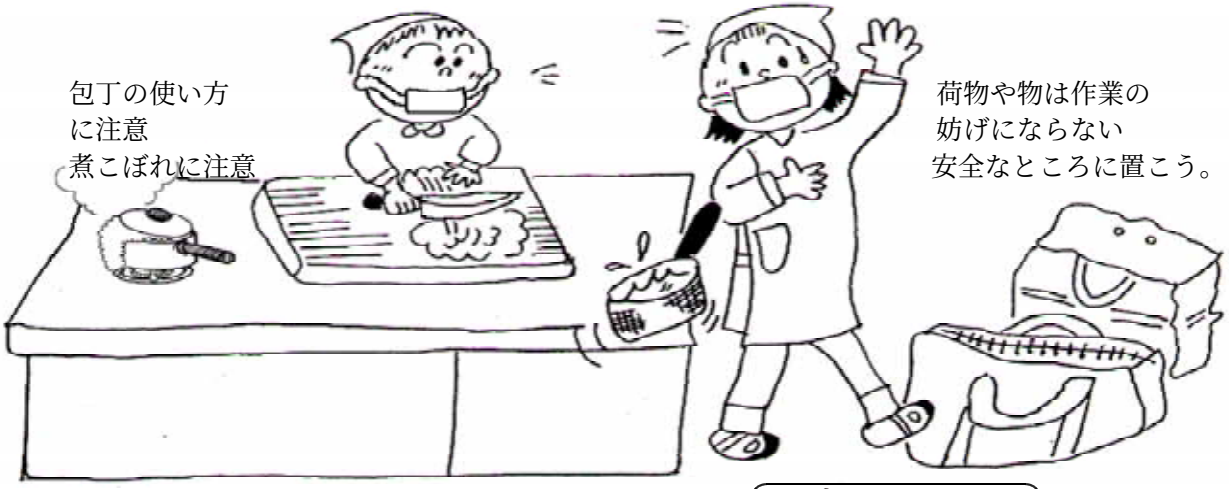
生活の自立と衣食住

食　生　活

◎ 安全や衛生に気を付け、能率よく実習しよう

○下の絵を見て実習中に気を付けることを考えよう

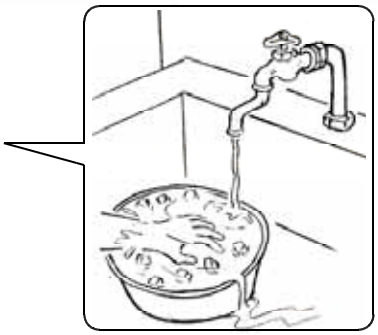
ふざけない　　よそ見をしない　　むだ話をしない



包丁の使い方に注意
煮こぼれに注意

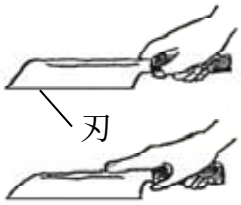
荷物や物は作業の妨げにならない安全なところに置こう。

☆もし、やけどをしたら、すぐに氷水で痛みがやわらぐまで冷やす。流水の時に傷に直接強い水圧をあたえないようにする。医師の診断を受ける。



○包丁の安全な扱い方を考えよう

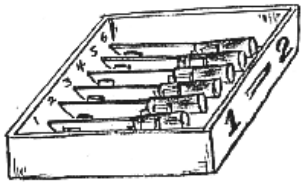
・包丁の持ち方



柄をしっかりにぎる。

指先が刃の先に出ないように注意する。

・運ぶとき・しまうとき



使用後は、すぐに指定された場所に番号通りに返そう。

・渡すときは調理台の上に置く。

包丁は他のものと別にして、使用後はすぐに洗おう。

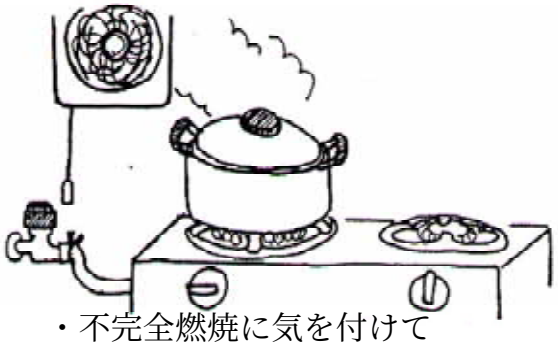
実習を振り返ってみよう！	評　価
□荷物は所定の位置にしまいましたか。	
□実習中は集中し、ふざけたりおしゃべりをしませんでしたか。	
□包丁は安全に運んだり、使用できましたか。	
□包丁はもとの場所にきちんと片付けましたか。	
□安全に実習が進むよう後片付けは手際よくできましたか。	
□	

ガスを正しく安全に使おう

生活の自立と衣食住

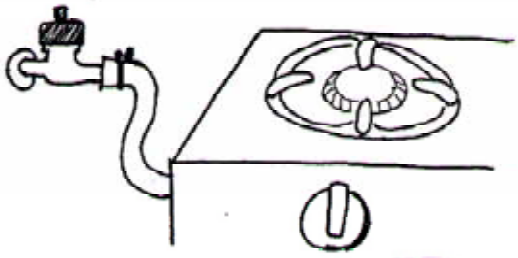
食　生　活

◎ ガスは正しく安全に使おう

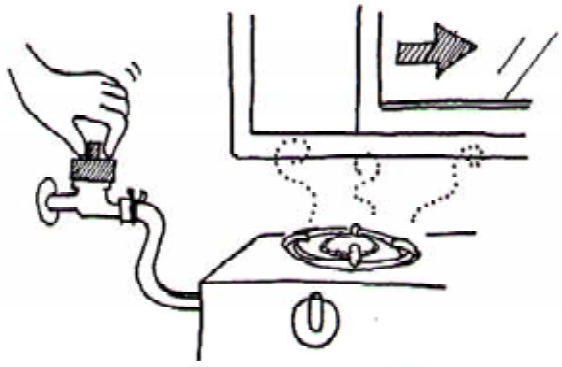


・不完全燃焼に気を付けて換気をよく行う。

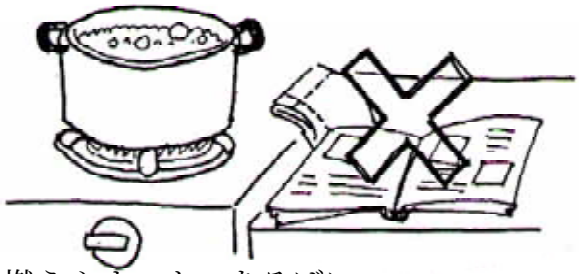
・煮こぼれや風によるたち消えに注意する。



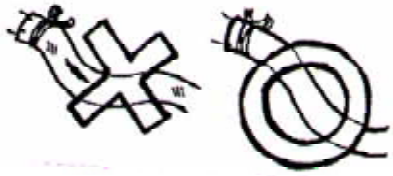
・使用後は器具せんやガスせんを確実にしめる。



・ガスもれに気が付いたらガス栓をしめ、窓や戸をを開ける。



・燃えやすいものをそばに置かない。



・ガス管（ゴムホース）が古くなっていないか亀裂などが入っていないか確認する。

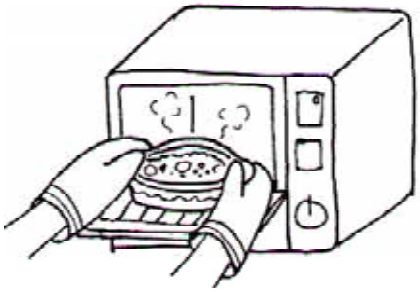
・炎の色を確かめる。
・加熱中は目を離さない。
・ガスもれ警報を設置し、定期的に点検をしておく。

実習を振り返ってみよう！	評　価
□ガス器具を正しく使うことができましたか。	
□換気に気をつけてガスを使うことができましたか。	
□使用後は、元栓を閉めましたか。	
□ガスもれ警報は電源が入っていますか。	
□	

調理用具や器具を正しく安全に使おう

◎ 調理器具は取扱説明書をよく読んで、正しく安全に使おう。
いろいろな調理器具の扱い方を調べてみよう。

電子レンジ
ガスオーブン

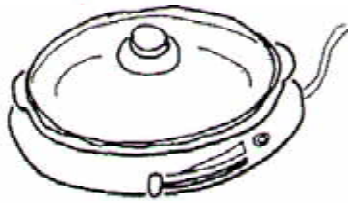


・使用できる容器を確認する。
・取り出すときには、やけどに気をつけて取り出す。

炊飯器

・炊飯器から出る蒸気に気を付ける。

ホットプレート



・感電する危険があるので本体に水をかけない。
・傷がついてしまうので、金属へらやタワシを使わない。

スピードカッター

・必ずふたをして使う。
・刃を露出したままで回転させない。
・部品をはずして洗うときは、コンセントを抜く。

電磁調理器

・金属が接触しているところは、熱くなるので注意する。
・使えない材質があるので確認する。

ハンドミキサー

・回転中に指やスプーンなどを、はさまないように気を付ける。

使　用　上　の　注　意

・使用中、電源コードや電源プラグが非常に熱くなるなど、異常が感じられたときは、使用を中止し、電源プラグをコンセントから抜く。
・ぬれた手では触らない。
・許容電流をこえない。
・アースは確実に取り付ける。
・事故防止のため、本来の用途以外には使用しない。
・たこ足配線はしない。

実習を振り返ってみよう！	評　価
□電気器具を使用目的に沿って正しく使うことができましたか。	
□電気器具は安全に注意して使用できましたか。	
□使用後は手入れをして決められた場所に片付けましたか。	
□	

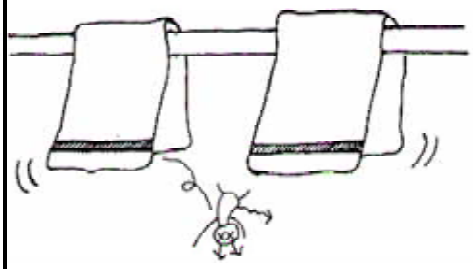
後片付けをきちんとしよう

生活の自立と衣食住

食　生　活

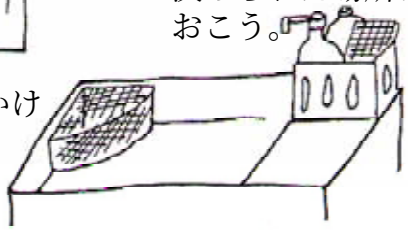
◎ 安全と衛生に留意した片付けをしよう

・ふきんは殺菌して乾燥させよう。



・まな板はよく洗って直射日光にあてるか熱湯をかけよう。

・スポンジ、洗剤、三角コーナーなどは、水をきって、決められた場所におこう。

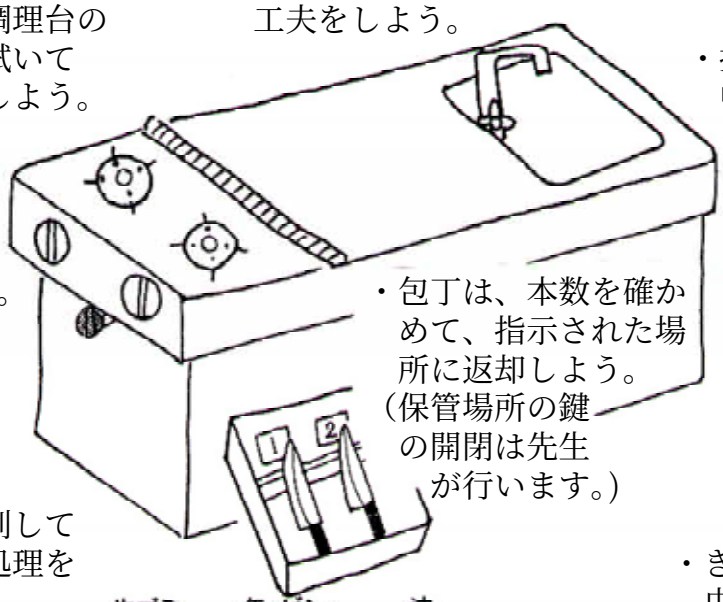


・排水を汚さない工夫をしよう。

・ガス台や調理台の水や油を拭いてきれいにしよう。

・排水口、流しの中はゴミや水分を残さないようにしよう。

・ガスの元栓を閉めよう。

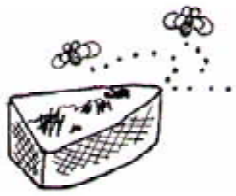


・包丁は、本数を確かめて、指示された場所に返却しよう。(保管場所の鍵の開閉は先生が行います。)

・床の水や汚れを拭いてきれいにしよう。

・ゴミは分別してきちんと処理をしよう。

・きれいにしないと虫やカビの原因に・・



実習を振り返ってみよう！	評　価
□包丁は決められた場所に本数を確認して返しましたか。	
□まな板・ふきんは殺菌して乾燥させましたか。	
□スポンジ・洗剤・三角コーナーなどはきれいに洗い、水をきって、決められた場所に置きましたか。	
□ガス台や調理台の水や油をふきましたか。	
□排水口・流しの中はきれいですか。	
□床の水や汚れをふきましたか。	
□ガスの元栓は閉めましたか。	
□ゴミは分別して、きちんと処理しましたか。	
□洗い方を考え、排水を汚さない工夫ができましたか。	
□	

衣服の選択と手入れを考えよう

◎ 着方の工夫をしよう

Time　---- いつ着る？
Place　---- どこへ着ていく？
Occasion　--- どんな目的で着る？

◎ サイズ表示

体型	呼び方	身　長	胸　囲	胸囲と胴囲の差
A体型	160A	160	80	12
Y体型	160Y	160	74	16
B体型	160B	160	86	8
E体型	160E	160	92	差がない

A　標準体型
Y　A体型より腰まわりが4cm小さい人
B　A体型より腰まわりが8cm大きい人

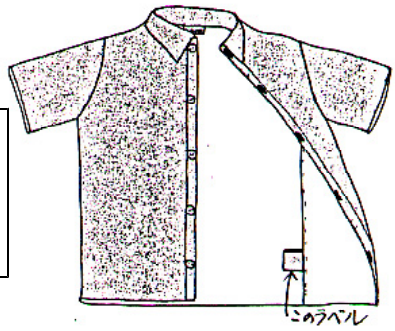
◎ 組成表示や取り扱い絵表示をよく見よう

組成表示

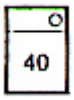
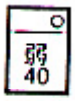
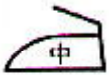
ポリエステル　65％
綿　35％
○○繊維（株）

➡

○水を適度に吸う
○しわになりにくい
○かわきがはやい
○じょうぶである



取り扱い絵表示

	記号　意味		記号　意味		記号　意味
洗い方	 液温は40℃を限度とし、洗たく機による洗たくができる。	塩素漂白の可否	塩素系漂白剤による漂白ができる。	干し方	つり干しがよい。
	 液温は40℃を限度とし、洗たく機の弱水流または手洗いがよい。	アイロンのかけ方	 160℃を限度とし、中程度の温度(140℃から160℃まで)でかけるのがよい。		日かげのつり干しがよい。
	洗たく機は使用できない。液温は30℃を限度とし、弱い手洗いがよい。	ドライクリーニング	ドライクリーニングができる。溶剤は石油系のものを使用する。		平干しがよい。
	水洗いはできない。	しぼり方	手しぼりの場合弱く、遠心脱水の場合は短時間でしぼるのがよい。		日かげの平干しがよい。

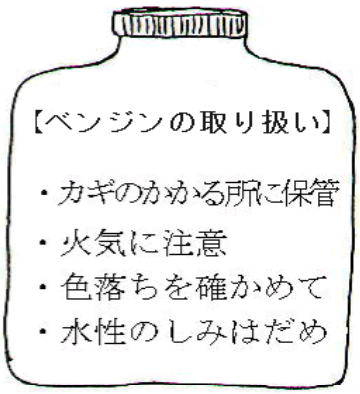
※輸入製品には別の表示のものもあるので注意!!　（日本工業規格に基づく）

学習を振り返ってみよう！	評　価
□ＴＰＯに合った着方が分かりましたか。	
□自分に合ったサイズを選ぶことができますか。	
□組成表示、取り扱い絵表示の意味が分かりましたか。	
□	

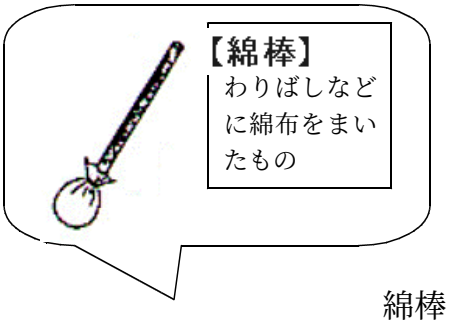
衣服の手入れについて考えよう

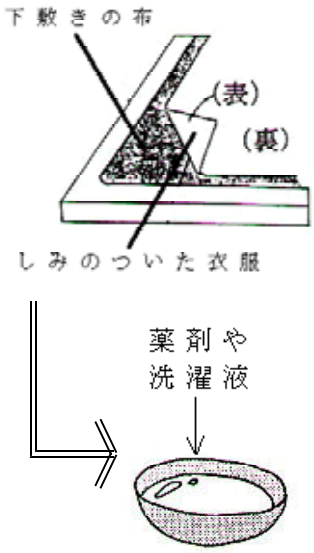
◎ しみがついてしまったら、すぐに処理しよう

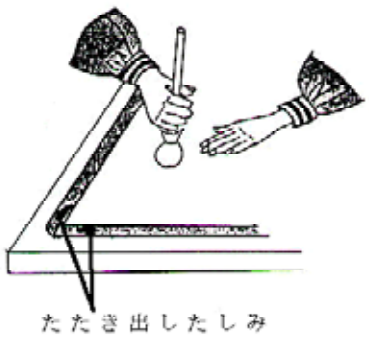
種　類		しみ抜きの方法
食物のしみ	しょうゆ 果汁	水か湯をしみこませた布でたたき出す →洗剤→漂白
	牛乳	ベンジン→洗剤液
	ガム	氷で冷やし、へらではがす→ベンジン
分泌物のしみ	えりあか	ベンジン→洗剤
	血液	水洗い→洗剤
生活環境のしみ	墨汁	ねり歯みがきまたはごはん粒をつけ 布をあててもみ出す
	どろはね	乾いてからブラッシング→洗剤



◎ しみ抜きのしかた







綿棒などで、しみを下敷きの布にたたき出す。布のきれいな部分に置きかえながらくり返す。

よくすすいで干し、乾いたらアイロンをかける。

◎ 洗剤や溶剤の使い方

繊維名		適する洗剤の液性
天然繊維	綿・麻	弱アルカリ性
	毛・絹	中性
化学繊維	ﾎﾟﾘｴｽﾃﾙ	弱アルカリ性
	ナイロン	弱アルカリ性
	アクリル	弱アルカリ性

石けん ----- 天然の油脂を原料とする

合成洗剤 --- 石油を原料とする

洗剤の使用量については、洗剤容器の標準使用量に従いましょう。

漂白剤　・酸素系と塩素系をまぜて使用しないこと。
　　・無漂白の白、色物、柄物には酸素系を使用する。
　　・ウール、絹には漂白剤を用いない。
柔軟剤　・標準より多く入れすぎると、はっ水加工の効果が小さくなる。

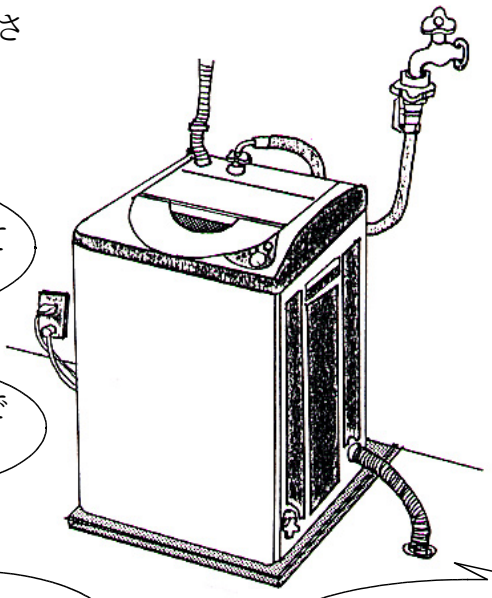
実習を振り返ってみよう！	評　価
□しみの種類に合った、しみ抜きができましたか。	
□布に合わせて、洗剤を選ぶことができましたか。	
□	
□	

衣類を上手に洗たく、保管しよう

◎ 電気洗たく機　～洗たく前にまずチェック～

・汚れの種類や程度
・ほころびはないか
・ポケットの中
・色落ちのしやすさ

洗剤の使用量
水の量、洗たく物の重量により違う。よく確認して使用量を守ろう。



アース線が取り付けてあるか確認すること

汚れのひどい物は部分洗いをしてから

電源プラグは根元まで確実に差し込むこと

洗たくものが片寄らないように入れること

ぬれた手で電源プラグの抜き差しはしないこと

完全に止まるまでは絶対に中の洗たく物に手などを触れないこと

◎ 乾燥機を使用する場合

・洗たく機と同様、安全に取り扱う。
・乾燥機で乾燥してはいけないものがあるので注意する。
（ウールの衣類、皮革製品、絹製品など）
・脱水した衣類をほぐし１枚ずつ入れる。
・金属粉、金属片は衣類から取り除く。

※家庭で洗たくできない場合は、クリーニング店を利用する。また、保管する場合はビニール袋から出す。

◎ 防虫剤を使用する場合

・防虫剤のガスは空気より重いので、衣類の上に入れる。
・防虫剤を使用する時、１つのケースには１種類の防虫剤を入れる。
（２種類、同時に使うと溶け出すことがある。）

学習を振り返ってみよう！	評　価
□洗たく機や乾燥機の使用上の注意が分かりましたか。	
□防虫剤の使用について分かりましたか。	
□	
□	

ミシンを安全に使おう

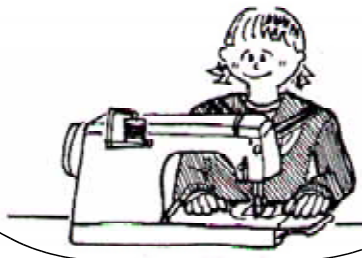
生活の自立と衣食住

衣　生　活

◎ ミシンは正しく安全に使おう

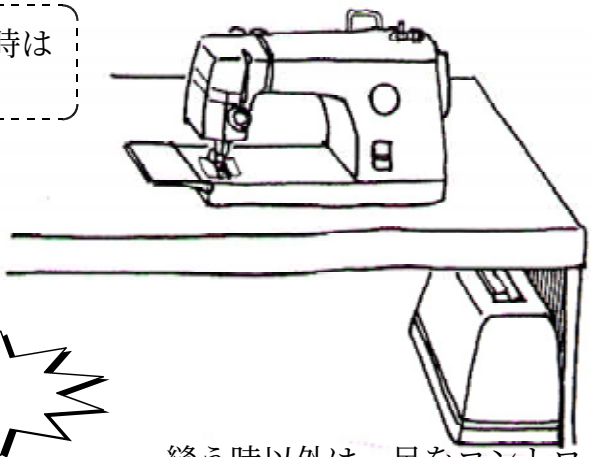
ポータブルミシンは
止め具を確認して底を持つ。

縫う時の姿勢は
からだが針棒の正面にくる
ように座る。



決められた場所にセットしよう。（ケースを片付ける）

使用しない時は
針をはずす。

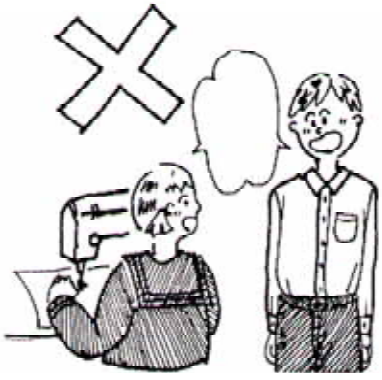


コントローラは
・軽く踏む。
（ゆっくり動く）
・片付ける時は、コントローラ本体を持ってコードをいためないように。

注意

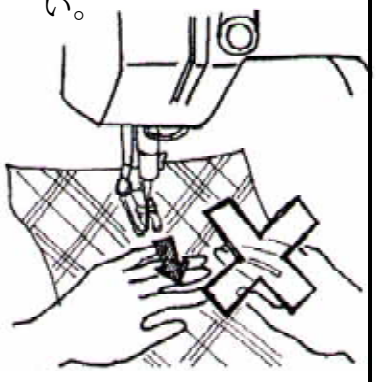
・縫う時以外は、足をコントローラからはずしておく。

・よそ見をしない。



・複数でミシンを
操作しない。

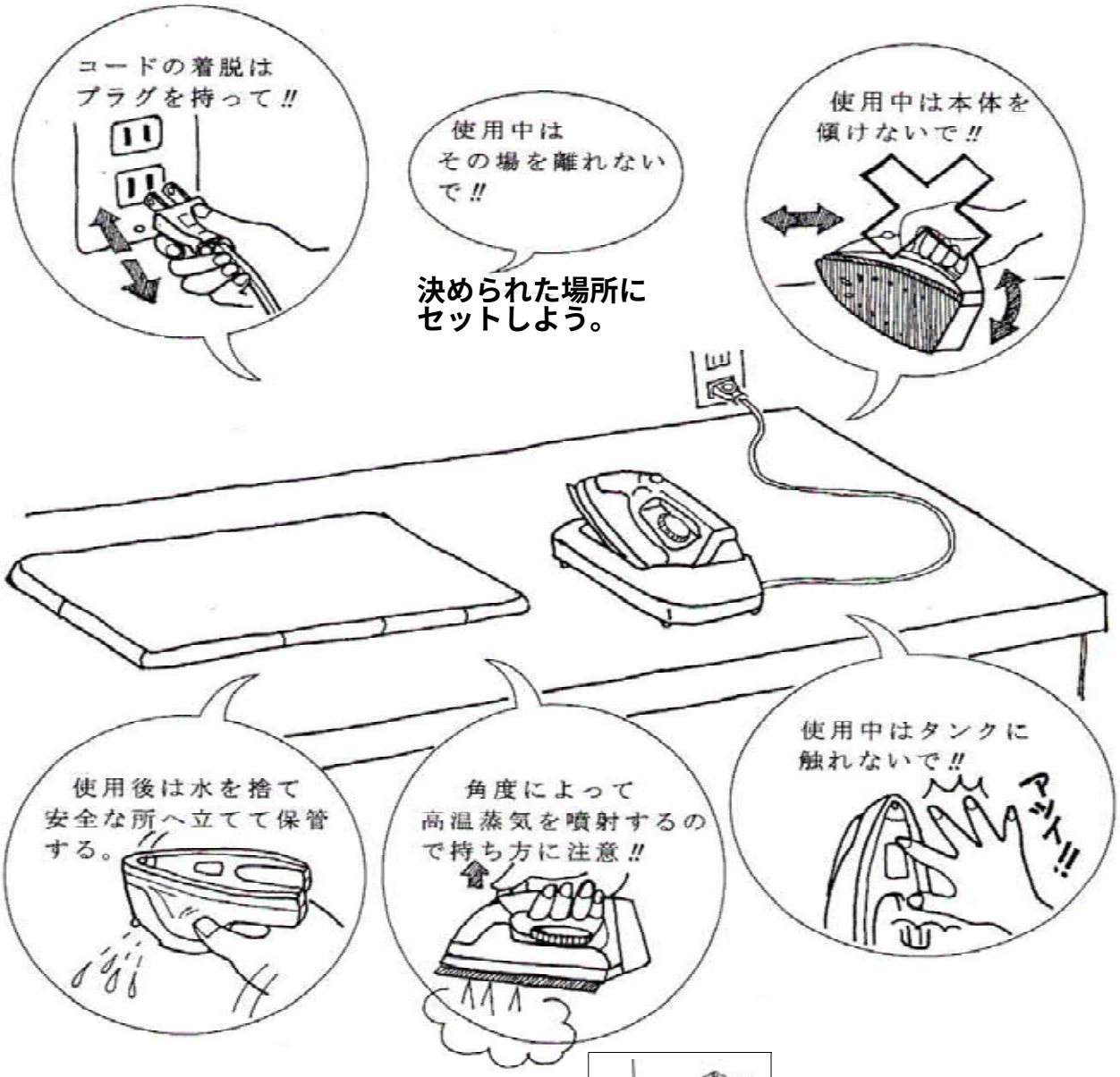
・進行方向に指を置かない。



実習を振り返ってみよう！	評　価
□コードの着脱はプラグを持って行いましたか。	
□ミシンを使用中は、集中して安全に操作できましたか。	
□使用後は、針をはずしましたか。	
□決められた場所に片付けましたか。	
□	

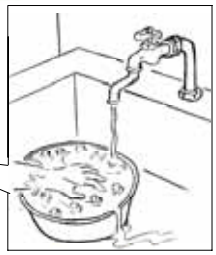
アイロンを安全に使おう

◎ アイロンは正しく安全に使おう



決められた場所にセットしよう。

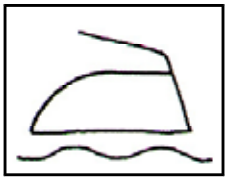
☆もし、やけどをしたら、すぐ氷水で痛みがやわらぐまで、冷やす。
流水の時は、直接強い水圧をあたえないようにする。
医師の診断を受ける。



◎ 繊維に合った温度で使用しよう

アイロンの温度(℃)

80	120	140	160	180	210(℃)
ｱｸﾘﾙ	絹・ﾅｲﾛﾝ	毛・ﾚｰﾖﾝ ﾎﾟﾘｴｽﾃﾙ		綿 麻	



アイロンによるてりを防ぐため、当て布を使用する。

実習を振り返ってみよう！	評 価
□繊維にあった温度設定ができましたか。	
□やけどしないよう安全に注意してアイロンがけをしましたか。	
□プラグの着脱や水に注意して準備や後片付けができましたか。	

安全に実習を進めよう

生活の自立と衣食住

衣　生　活

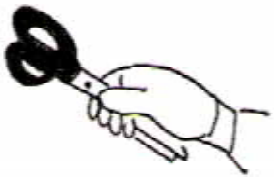
◎ 用具は正しい取り扱いをしよう。

＜裁ちばさみ＞

○正しい使い方

【はさみの下側を台に付けて使う】

○渡し方



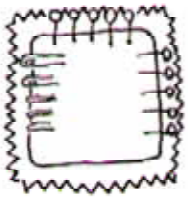
【刃先を相手に向けない】

×危険

ふざけない！！

＜針＞

○本数の確認



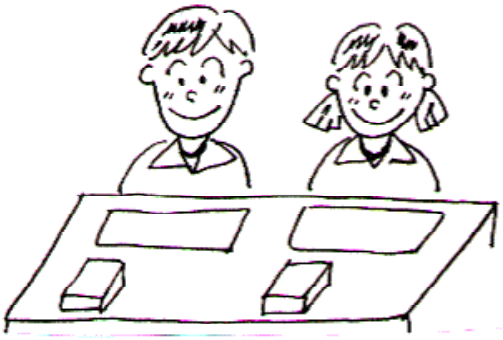
○まち針のついた布の保管

【ぬい針は針山へ】

○折れ針

折れ針入れに入れる

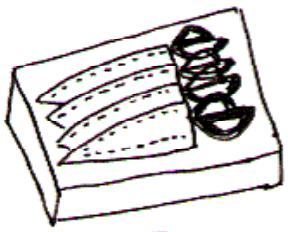
◎ 実習中は作業がしやすいように整理整頓をしよう。



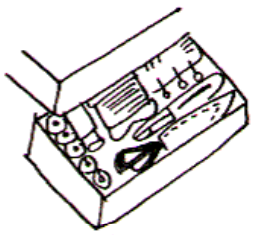
◎ 裁ちばさみや針の管理をしっかりとしよう。

○使用後は元の場所へ

【学校の裁ちばさみはケースへ（施錠）】



【各自の針や裁ちばさみは道具箱に入れる】



◎ 使用後は、室内を清掃し、安全の点検をしよう。

実習を振り返ってみよう！	評　価
□実習中は作業がしやすいように整理整頓を心掛けましたか。	
□裁ちばさみは正しく使い、使用後はもとの場所にしまいましたか。	
□針の数はそろっていますか。	
□	

住まい用洗剤を正しく取り扱おう

◎ 住まい用の洗剤は取り扱いに注意しよう。

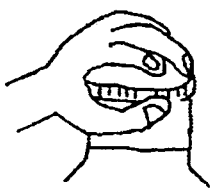
住まい用洗剤の絵表示

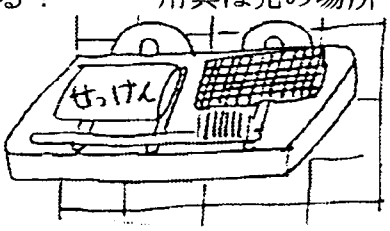
必ず表示するもの		任意に表示するもの		
酸性タイプ	塩素系	子供に注意	目に注意	塩素系の場合
塩素系と併用不可	酸性タイプと併用不可			必ず換気

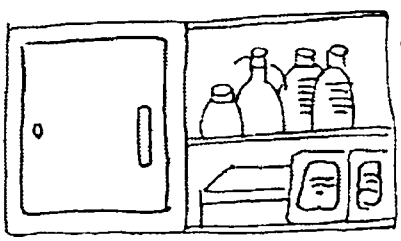
◇洗剤や漂白剤などは組み合わせによって塩素ガスを発生し中毒事故の原因になるので、説明書をよく読もう。

◎ 後片付けをきちんとしよう。

・ふたをしっかり閉める！　・用具は元の場所へ！　・保管場所に整理して！







◎ 事故が起きたら応急処置をしよう。

＜住まい用洗剤＞

☆手に付いたら

すぐに流水で洗い流す。

☆吸いこんでしまったら

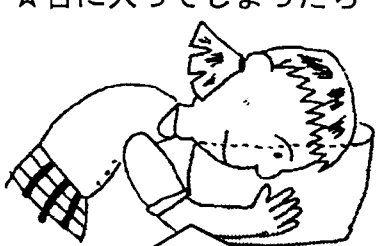
もしも気分が悪くなったら・・・

・すぐに先生に申し出て、先生の指示を受ける。

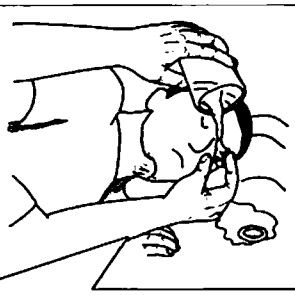
・風通しのよい場所に移動し、安静にする。

・医師の診察を受ける。

☆目に入ってしまったら



清潔な洗面器の中に水を入れその中で顔を付けてまばたきをする。
十分に洗眼してから医師の処置を受ける。

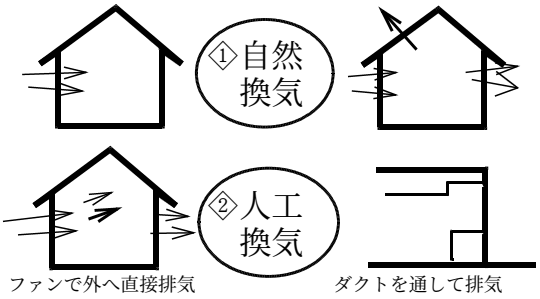


患部を下にして、十分に洗眼してから医師の処置を受ける。

実習を振り返ってみよう！	評　価
□住まい用洗剤の取り扱い方が分かりましたか。	
□住まい用洗剤の注意点が理解できましたか。	
□	

住まい方を工夫して、安全に生活しよう

◎ 室内の換気



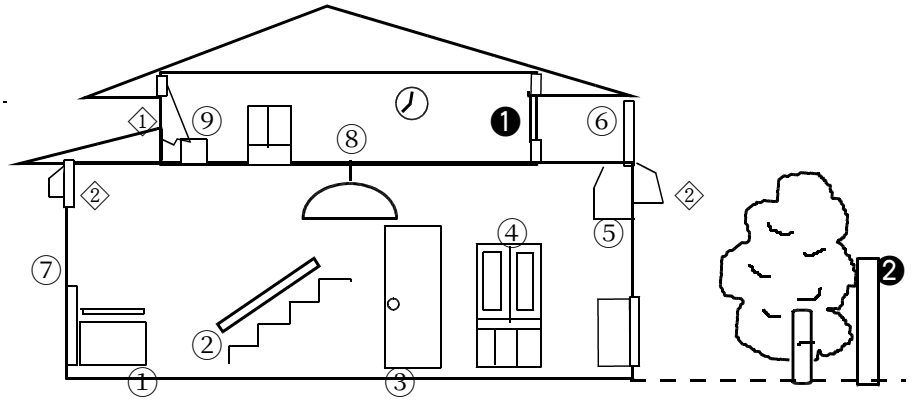
※換気をすることでカビやダニを防ぐ。
※簡易ガス検知器で二酸化炭素を調べることができる。

◎ 室内の騒音

・音の感じ方（単位デシベル）
110：聴力機能に障害
100～90：きわめてうるさい
80～70：うるさい
60～50：日常生活の許容範囲
40：静か

・騒音防止の工夫
❶二重窓にする
❷植木やへいで囲む

◎ 住まいの中の安全対策(例)



①浴室に手すりをつけ、忘れずにふたをする。

②階段やトイレ等に手すりをつける。

③滑らないようにカーペットは床に接着し、段差をなくす。また、ドアで手をはさまないようにストッパーをつける。フローリングには滑りにくいワックスを塗る。

④家具は転倒防止器具やワイヤーなどで壁に固定する。

⑤調理の時や暖房時に換気をする。

⑥柵の間隔は11㎝以下で、ベランダに台になるようなものを置かない。

⑦割れにくいガラスにし、防犯用に鍵は２つつけるとよい。

⑧照明器具や時計などは壁や天井に固定する。

⑨暖房時のカーテン等による火災に注意する。

学習を振り返ってみよう！	評　価
□室内の換気について理解できましたか。	
□騒音の防止について理解できましたか。	
□住まいの中の安全対策について理解できましたか。	
□	

Ⅱ　「家族と家庭生活」

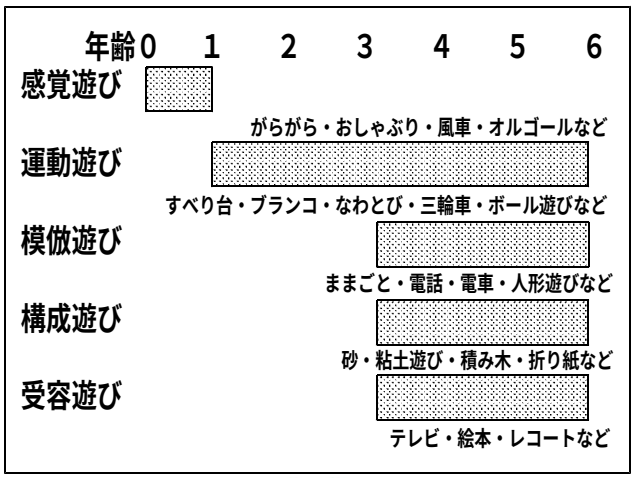
幼児の安全な遊び道具について考えよう

家族と家庭生活

幼児の発達

◎ 安全な遊び道具とは…

・幼児の発達に合っているもの。
・子どもの体の大きさや体力に合っているもの。
・幼児が遊びを工夫したり創造したりして遊べるもの。
・幼児自身やほかの人を傷つける危険のないもの。
・作り方が丈夫で安全なもの。（玩具安全マークのついているもの）



（ビューラーの研究による）

安全で夢の広がるおもちゃを…

玩具安全基準合格
ST 0
(社)日本玩具協会

ＳＴ：Safety　Toy（安全玩具）の略
日本玩具協会が作ったマーク。
構造、材質、強度、性能、表示などの安全基準を満たした、丈夫で安全なおもちゃにつけられる。

学習を振り返ってみよう！	評　価
□幼児にとってどんなおもちゃがよいか分かりましたか。	
□	

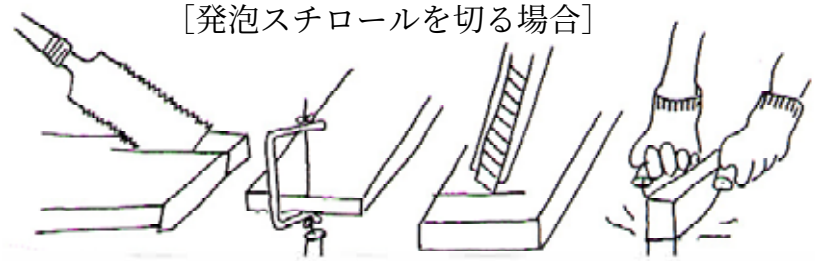
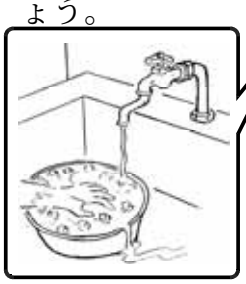
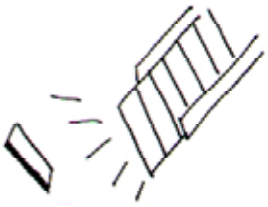
幼児の遊び道具や小物製作を考えよう(１)

家族と家庭生活
製　作

主な製作品	注意することがら
1　厚紙やダンボール使用の場合 （例） 紙芝居 絵本 小物入れ 他	①目打ちによるけがをしないようにしましょう。 目打ちを振り回して目をつつかないようにしましょう。 あて木をしましょう。 よそ見をしない。
2　布地使用の場合 （例） 人形 ぬいぐるみ ウォールポケット 他	②ナイフやカッターを正しく使いましょう。 刃が欠けた場合は空き缶等に入れ不燃物、廃棄物として処理しましょう。 ③よそ見をして指を切らないようにしましょう。 刃を出しすぎないように気を付けましょう。 ④ドットボタンを付けるときは木づちで手を打たないようにしましょう。 ⑤ミシンやアイロンその他の道具を正しく使いましょう。
3　ブリキや金属を加工する場合 （例） マラカス カンポックリ えんぴつ立て 貯金箱 他	①金切りばさみを正しく使いましょう。 軍手をはめましょう。 あいている手で材料を上に向けましょう。 切り口はかなづちでたたいて平らにしましょう。 ②はんだごての取り扱いに注意しやけどをしないようにしましょう。 はんだごての先を手で触れない。　使わないときは台の上に置く。 ③塗装は火気と換気に注意しましょう。

幼児の遊び道具や小物製作を考えよう(２)

家族と家庭生活
製　作

主な製作品	注意することがら
４　木材を加工する場合 （例） 積み木 整理箱 車 他	①のこぎり・糸のこ・かんな・のみ・きり・げんのうなどの道具を正しく使いましょう。 指をはさまないように気を付けましょう。 刃物の進む方向に手を置くのは止めましょう。 作業中も工具は整理しておく。　工具の取り扱いに注意する。　わき見やおしゃべりをしない。 ②彫刻刀の刃の先に手を置かないようにしましょう。 使用後はケースに入れて保管しましょう。 ③塗料による中毒に注意しましょう。
５　その他の材料の場合 （例） 発泡スチロール コルク板の伝言板 他	①材料に適した切断用具を使いましょう。 手を切らないよう注意しましょう。 ［発泡スチロールを切る場合］  のこぎりで　糸のこで　ｶｯﾀｰﾅｲﾌで　ﾆｸﾛﾑ線を熱して ②ニクロム線によるやけどやカッターの刃の破損に注意しましょう。  **もし、やけどをしたら、すぐに氷水で痛みがやわらぐまで冷やす。流水の時は傷に直接強い水圧をあたえないようにする。医師の診断を受ける。**  **薄い刃は折れやすいので注意する。** ③発泡スチロールの切りくずはまとめておき、他のゴミと一緒にしない。 ④接着剤の取り扱いを注意しましょう。 目的以外のものと付けない。

幼稚園･保育所で幼児と触れ合おう

◎ 事前準備をしっかりして、有意義な訪問となるようにしよう。

幼稚園・保育所　訪問計画書

目的

日時　　月　日（　）　第　　校時

服装

持ち物

その他

訪問先の概要(規模・人数・設備・道順等)

《注意事項》

・訪問先への行き帰りは交通規則を守り、事故のないよう安全に注意しましょう。

・自転車や靴は指示された場所にきちんと並べましょう。

・あいさつをしっかりしましょう。

・園の先生、保育士さんの話や指示をよく聞きましょう。

・幼稚園や保育所にあるものは大切に扱いましょう。
　→壊してしまった場合は速やかに先生に報告しましょう。

・困ったことや危ないと思ったこと、事故が起こったらすぐに報告しましょう。

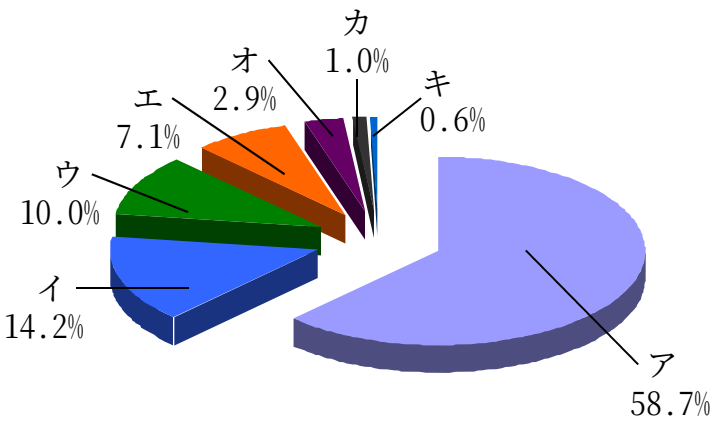
・幼児との触れ合いが、幼児にとって楽しい時間になるよう工夫しましょう。
　→笑顔で幼児と接しましょう。
　→同じ目線の高さで話しましょう。
　→幼児のペースを大事にしましょう。
　→乱暴な言葉を使わないようにしましょう。
　→危険な遊びに注意しましょう。
　→いきなり抱いたり背負ったりしないようにしましょう。

※相手の気持ちを思いやり、幼児にとってもみんなにとっても楽しい時間になるよう努力しましょう。

実習を振り返ってみよう！	評　価
□行き帰り、安全に気を付けて交通規則を守れましたか。	
□気持ちのよいあいさつができましたか。	
□先生や保育士の方の話や指示を聞くことができましたか。	
□幼児と楽しく過ごすことができましたか。	

幼児の身のまわりに気をつけよう

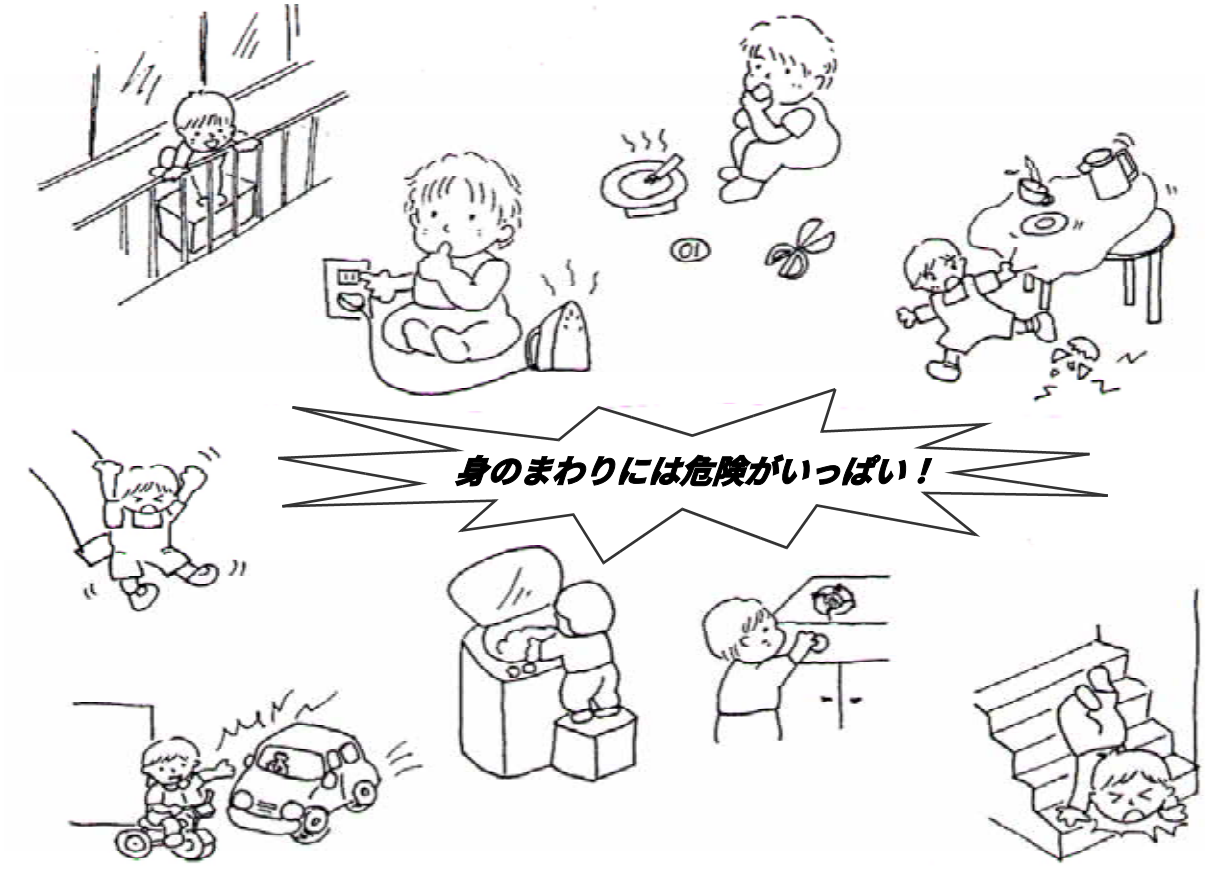
◎ 幼児の不慮の事故の内訳（０から４歳児）
家庭内における主な不慮の事故の種類別死亡率



ア　誤飲による窒息
イ　浴槽での溺死
ウ　煙、火及び火災
エ　建物等からの転落
オ　同一平面上での転倒
カ　階段等からの転落
キ　熱及び高温物質との接触

平成１２年度人口動態統計（厚生労働省）

◎ 幼児の立場に立って危険な場所をチェックしてみよう



学習を振り返ってみよう！	評　価
□幼児の行動や思考の特徴を理解できましたか。	
□幼児への安全の配慮が分かりましたか。	
□	

幼児を取り巻く環境について考えよう

家族と家庭生活
幼児の成長と家族

◎ 幼児の成長にかかわる人々

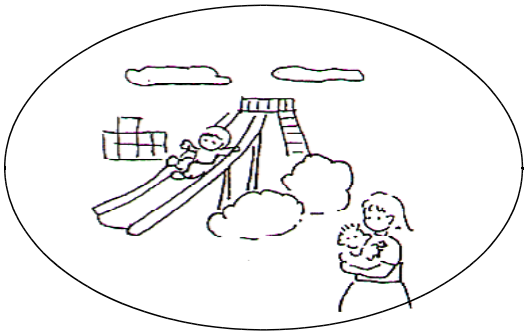
◎ 幼児が育つための社会施設

幼稚園

保育所・乳児院

養護施設

保健所
児童相談所
児童館
子ども図書館
児童公園



困ったときはすぐ相談
☆市区町村児童相談所
保健所
福祉事務所
☆都道府県教育研究所
精神保健センター
児童相談センター
☆電話相談
子ども虐待110番　いのちの電話
こどもの虐待ホットライン　いじめ相談

◎ 幼児が健やかに成長できるように、いろいろな法律や条約が定められています。

「子どもの権利条約(1994年発効)」「児童憲章(1951年制定)」「児童福祉法(1947年制定)」

学習を振り返ってみよう！	評　価
□子どもが健やかに育つために、どのようなことが大切ですか。	
□	

消費者としての自覚をもとう（1）

家族と家庭生活
消費生活

◎ 商品を選択・購入する時のポイント

○ 本当に必要なものか、もう一度検討しよう。

・今あるものを活用できないか。
・友だちに借りられないか。
・保護者にも相談しよう。

○ 信頼できる業者か、粗悪品ではないか、検討しよう。

・価格は適正か比べてみよう。
・契約書をよく読もう。
（品質・機能・アフターサービス・返品有無など）
・代金の支払い方法を確認しよう。
・環境に与える影響はないだろうか。

◎ さまざまな販売方法と支払い方法

○ レシート・領収書・契約書・保証書などは必ず受け取るようにしましょう。

学習を振り返ってみよう！	評　価
□販売方法と支払い方法の特徴が分かりましたか。	
□選択・購入するときの注意点が分かりましたか。	
□	

消費者としての自覚をもとう（２）

家族と家庭生活
消費生活

◎ 消費者としての責任について考えよう。
- □ 商品についているいろいろな表示やマークを調べることができる。
- □ 消費が環境にどのような影響を与えるかを考えて行動することができる。
- □ 正しいことは主張し、責任ある行動がとれる。
- □ いろいろな生活情報を上手に活用してよりよい選択をすることができる。
- □ 消費者一人一人の消費行動が社会に与える影響を考えることができる。

◎ 消費者を取り巻く問題が急増しています。
悪質商法の例

◆悪質な販売方法の被害にあわないためには「断る勇気」が大切

〈悪質な訪問販売〉
・家庭や職場などを訪問し、無理に商品などを購入させる。

〈ネガティブ・オプション〉
・注文していない商品を一方的に送りつけ、代金を払わせる。

〈アポイントメントセールス〉
・電話等で勧誘したり、営業所等に呼び出したりして、商品などを購入させる。

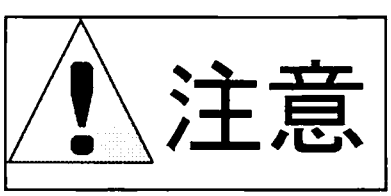
〈キャッチセールス〉
・駅や街頭で消費者を呼び止め、その場で勧誘したり、イベントのチケットなどを購入させる。

◎ 消費者を守るための制度や法律があります。

クーリング・オフ制度
売買契約を結んだあとでも、解約することを認めた消費者保護の制度。契約日をふくめ８日間以内に販売会社あてに内容証明郵便や書留郵便を送る。商品や契約の内容によっては、解除できない場合もある。通信販売には原則的に、クーリング・オフ制度が適用されない。
日本通信販売協会の入会機関には、ジャドママークが付いている。

社団法人日本通信販売協会会員

ＰＬ法（製造物責任法）
製品の欠陥や誤った使用方法でけが等が生じた場合の、製造業者などの責任を定めた法律。
警告表示をよく読み、正しく使用するようにする。



☆ 国民生活センター・消費生活センターに行ってみよう。
消費者のくらしを支援するために、情報提供、苦情処理、商品テストなどを行っています。

学習を振り返ってみよう！	評　価
□消費者としての自覚と責任をもつことができましたか。	
□いろいろな悪質商法を知り、断る勇気がもてましたか。	
□消費者を守る制度や法律を理解することができましたか。	
□	

環境に配慮した生活を考えよう

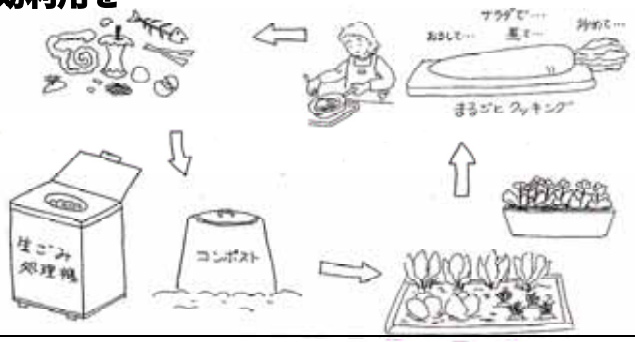
家族と家庭生活
消 費 生 活

◎ できることから始めよう！

マークを確かめよう！

◎ 生活環境を守るために、資源の有効利用を…

〈循環型社会の例〉
生ごみを処理して土に返す。
↓
焼却せずに処理すれば、
CO２排出が減らせる。
さらに家庭菜園や園芸へ
も活用（地球にやさしい）



◎ 自分の生活を振り返ってみよう！

□使い捨て製品の購入はひかえていますか。
□ごみは分別して、リサイクルや再利用していますか。
□着方などを工夫して、冷暖房はできるだけひかえる工夫をしていますか。
□公共交通機関をできるだけ利用していますか。
□ものはできるだけ長く使い、最後まで使っていますか。
□食品は地のもの、旬のものを利用していますか。
□水を大切に使っていますか。
□自然を大切にし、緑を育てていますか。
□再生紙などのリサイクル商品を買っていますか。
□使用しないときは電化製品の主電源を切っていますか。
□使っていない照明は消していますか。
□夜更かしなどに注意し、照明や冷暖房を節約していますか。

／１２

私たちの行動を少し変えるだけで環境への負荷を大幅に減らすことができます。
私たち一人一人が自覚と責任を持ち、常に環境に配慮し行動しましょう。

学習を振り返ってみよう！	評　価
□自分の生活と環境のつながりが分かりましたか。	
□環境に配慮した生活の仕方が分かりましたか。	
□	

地域の人々と触れ合いをもとう

家族と家庭生活
地域とのかかわり

◎ 地域の施設を訪問したり、地域の人々と一緒に活動したり、学校に招いてお話を聞いたりなどの交流を通して、地域社会の一員として地域とのかかわりを大切にしましょう。

地域の方と触れ合いをもとう

目　　的

訪 問 先

日　　時　　月　　日（　）　時　　分

集合場所

服　　装

持 ち 物

訪問先の概要（規模・人数・設備・道順等）

《注意事項》

・訪問先への行き帰りは交通規則を守り、事故のないよう安全に注意しましょう。

・自転車や靴は指示された場所にきちんと並べましょう。

・目的をしっかり持って準備をし、相手に失礼のないようにしましょう。

・あいさつをきちんとしましょう。

・時間を守りましょう。

・ルールやマナーを守りましょう。

・施設設備は大切に使用しましょう。

・困ったことや危ないと思ったこと、事故が起こったらすぐに報告しましょう。

・相手の立場に立って行動できるように心がけましょう。

・言葉遣いに注意しましょう。また、高齢者の方と話をする時は、大きな声ではっきりとゆっくり話しましょう。

実習を振り返ってみよう！	評　価
□計画をきちんと立てることができましたか。	
□誰にでもあいさつができましたか。	
□相手の立場に立って行動することができましたか。	
□ルールやマナーを守ることができましたか。	
□	

生徒が実施する安全点検表の例

調　理　実　習　点　検　表

年　　組　　実習日　月　日（　）

献立名（　　）

班

氏　名（フルネーム）	片付けの責任者	班長のチェック 良い・・○ やり直した・・△	先生チェック	忘れ物 なし・・○ あり・・記入			爪	自己評価 良い・・A ふつう・・B 次回は頑張る・・C
				教科書ノート	身じたく	その他		
班長	元栓・ガス台							
副班長	まな板と包丁 流し							
班員	食器・用具 いす							
班員	ゴミ							
班員	床掃除 （雑巾を用意）							

＊班長の仕事＊
・身じたく・忘れ物等の点検
・最後の点検をしてカードに記入し、先生に報告をする。

＊副班長の仕事

＊片付け＊
・まな板と包丁
・流し
・ゴミ
・ガス台・元栓
・食器・用具
・いす
・床掃除
・
・

☆衛生、安全、能率を心がける。
☆調理台のふたは、指示された場所に置く。
ふたでケガをしないように気を付ける。

◎片付けが終わったら班長が点検して先生に提出します。

後片付け順位
（先生が記入）

班全体の感想
・全員で協力して取り組めましたか＝A　B　C
・ケガや事故はありませんでしたか＝A　B　C
・衛生面に気をつけましたか　＝A　B　C
・おいしくできましたか　＝A　B　C
・環境保全を考えてできましたか　＝A　B　C

〔ひとこと〕

被　服　製　作　実　習　点　検　表

作品名（　　）

年　　組　氏名

	忘れ物点検 無し＝○ あり＝記入	製作の記録や進度	安全点検項目					先生から
			ミシン	はさみ	縫い針	アイロン	道具箱	
月　日（　）								
月　日（　）								
月　日（　）								
月　日（　）								
月　日（　）								
月　日（　）								

安全な片付け方

ミシン
・コンセントの確認
・針の片付け
・所定の場所に戻す

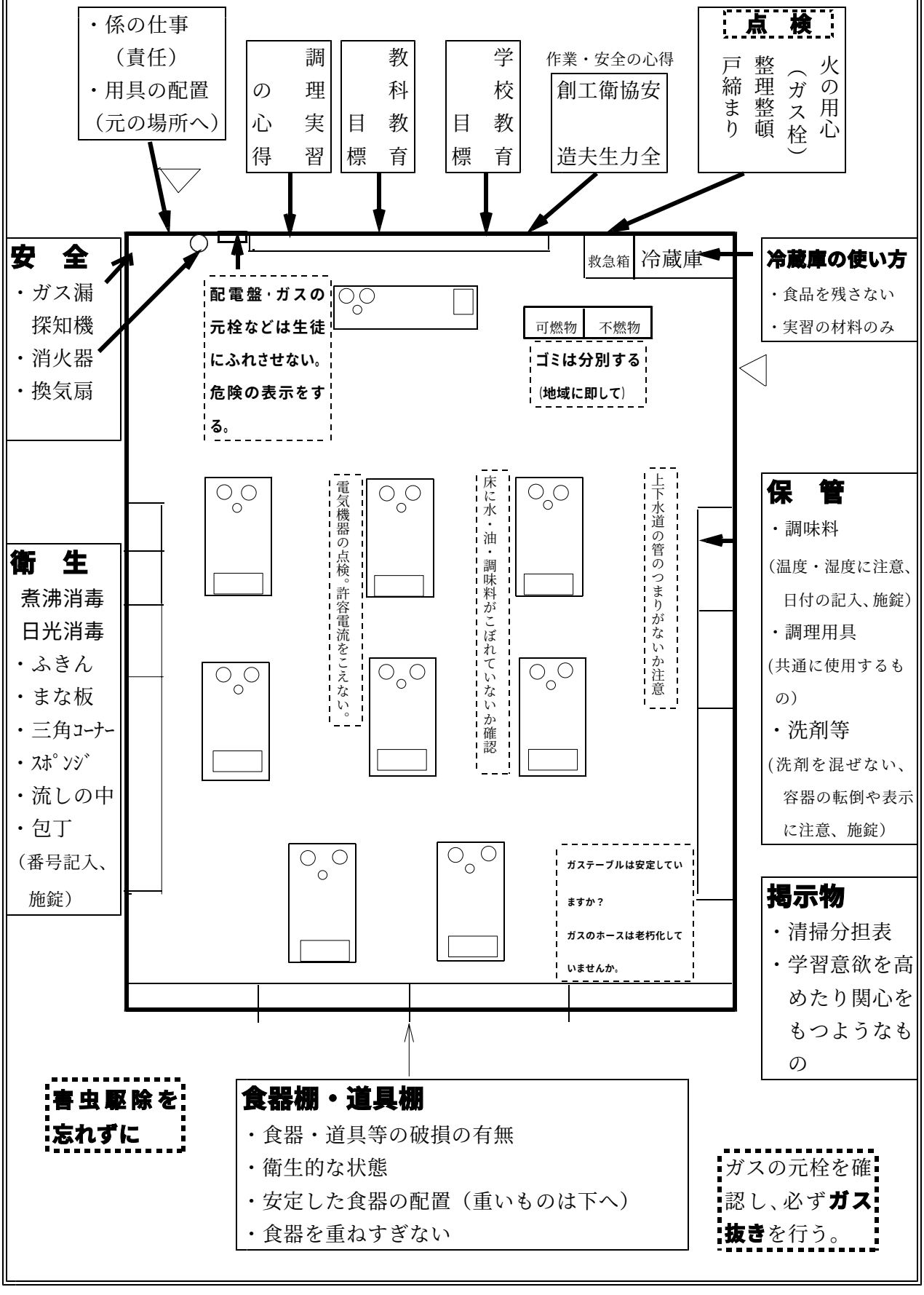
はさみ
・所定の場所に戻す
・数の確認

縫い針
・数の確認
・折れ針の始末

アイロン
・コンセントの確認
・水抜き
・所定の場所に戻す

道具(持ち物)

調理室の環境整備の例


・係の仕事
（責任）
・用具の配置
（元の場所へ）
調理実習の心得
教科教育目標
学校教育目標
作業・安全の心得
創工衛協安
造夫生力全
点検
火の用心（ガス栓）
整理整頓
戸締まり
安全
・ガス漏探知機
・消火器
・換気扇
配電盤・ガスの元栓などは生徒にふれさせない。危険の表示をする。
救急箱
冷蔵庫
冷蔵庫の使い方
・食品を残さない
・実習の材料のみ
可燃物
不燃物
ゴミは分別する
（地域に即して）
電気機器の点検。許容電流をこえない。
床に水・油・調味料がこぼれていないか確認
上下水道の管のつまりがないか注意
保管
・調味料
（温度・湿度に注意、日付の記入、施錠）
・調理用具
（共通に使用するもの）
・洗剤等
（洗剤を混ぜない、容器の転倒や表示に注意、施錠）
衛生
煮沸消毒
日光消毒
・ふきん
・まな板
・三角ｺｰﾅｰ
・ｽﾎﾟﾝｼﾞ
・流しの中
・包丁
（番号記入、施錠）
ガステーブルは安定していますか？
ガスのホースは老朽化していませんか。
掲示物
・清掃分担表
・学習意欲を高めたり関心をもつようなもの
害虫駆除を忘れずに
食器棚・道具棚
・食器・道具等の破損の有無
・衛生的な状態
・安定した食器の配置（重いものは下へ）
・食器を重ねすぎない
ガスの元栓を確認し、必ずガス抜きを行う。